

高峰体验 挑战极限 [拓展训练器材]

产品名称	高峰体验 挑战极限 [拓展训练器材]
公司名称	北京中体精英体育发展有限公司
价格	14000.00/件
规格参数	品牌:510 产品类别:拓展器械 材质:钢架结构
公司地址	北京市门头沟区石龙经济开发区永安路20号3号楼B1-2956室
联系电话	86 010 52118920 13501151510

产品详情

品牌	510	产品类别	拓展器械
材质	钢架结构	颜色	根据客户要求

拓展训练的起源

拓展训练也称“外展训练”，“户外拓展”，“野外拓展”拓展训练起源于二战期间的英国。当时英国的商务船只在大西洋里屡遭德国潜艇的袭击，许多缺乏经验的年轻海员葬身海底，针对这种情况，汉思等人创办了“阿伯德威海上学堂”，训练年轻海员在海上的生存能力和船触礁后的生存技巧，使他们的身体和意志都得到锻炼。二战结束后，许多人认为这种训练仍然可以保留。于是拓展训练的独特创意和训练方式逐渐被推广开来，训练对象也由最初的海员扩大到军人、学生、工商业人员等各类群体。训练目标也由单纯的体能、生存训练扩展到心理训练、人格训练、管理训练等。

拓展训练的目标

拓展训练通常利用崇山峻岭、翰海大川等自然环境，通过精心设计的活动达到“磨练意志、陶冶情操、完善人格、熔炼团队”的培训目的

拓展训练的主要课程

拓展训练的课程主要由陆、海、空三类课程组成。水上课程包括：游泳、跳水、扎筏、划艇等；野外课程

包括：远足露营、登山攀岩、野外定向、伞翼滑翔、户外生存技能等；场地课程是在专门的训练场地上，利用各种训练设施，如高架绳网等，开展各种团队组合课程及攀岩、跳越等心理训练活动。训练通常有以下四个环节 1、团队热身——在培训开始时，团队热身活动将有助于加深学员之间的相互了解，消除紧张，建立团队，以便轻松愉悦的投入到各项培训活动中去。2、个人项目——本着心理挑战最大、体能冒险最小的原则设计，每项活动对受训者的心理承受力都是一次极大的考验。3、团队项目——团队项目以改善受训者的合作意识和受训集体的团队精神为目标，通过复杂而艰巨的活动项目，促进学员之间的相互信任、理解、默契和配合。4、回顾总结——回顾将帮助学员消化、整理、提升训练中的体验，以便达到活动的具体目的。总结，使学员能将培训的收获迁移到工作中去，以实现整体培训目标。

拓展训练（体验式学习模式）五步循环

体验式学习是北京摩尔拓展公司吉林分公司用以激发个人潜能，提高企业生产力的新型学习方式。这种学习方法的前提是：体验先于学识，同时，学识与意义来自参加者的体验。每个参加者的体验都是独特的，因为这个学习过程运用的是归纳法而不是演绎法，是由参加者自己去发现、归纳体验过程中提供的知识。|第一步：体验——此乃过程的开端。参加者投入一项活动，并以观察、表达和行动的形式进行。这种初始的体验是整个过程的基础。|第二步：分享——有了体验以后，很重要的就是，参加者要与其它体验过或观察过相同活动的人分享他们的感受或观察结果。|第三步：交流——分享个人的感受只是第一步。循环的关键部分则是把这些分享的东西结合起来。与其它人参加探讨、交流以及反映自己的内在生活模式。|第四步：整合——按逻辑的程序，下一步是要从经历中总结出原则并归纳提取出精华。再用某种方式去整合，以帮助参加者进一步定义和认清体验中得出的结果|第五步：应用——最后一步是策划如何将这此体验应用在工作及生活中。而应用本身也成为一种体验，有了新的体验，循环又开始了。因此参加者可以不断进步。